

## **RYHMÄPSYKOTERAPIAA PSYKODRAAMAN KEINAIN**

### **Kenelle ?**

Ryhmä soveltuu monenlaisten psyykkisten ongelmien käsittelyyn (esimerkiksi masennus-, ahdistuneisuusoireet, posttraumaattiset stressihäiriöt, sosiaalinen jännittyneisyys, epävakaus, riippuvuus, eristäytyneisyys, vaativuus persoonallisuuden piirteinä jne). Soveltuvuus arvioidaan etukäteen tapahtuvissa haastatteluissa.

Ryhmä ei sovellu akuutin kriisin, akuutin psykoosin eikä päihdeongelman hoitoon.

### **Minkälainen ryhmä ?**

Ryhmän koko on viisi henkeä. Ryhmässä käsitellään oman elämäntilanteen ja sisäisen maailman kysymyksiä. Työskentely tapahtuu sekä ryhmässä kokemuksia jakaen että psykodraamassa rooleissa toimien. Tietoa psykodraamaterapiasta saat esim. netistä Duodecim-lehden artikkelista hakusanalla Psykodraama psykoterapiana.

### **Missä ja milloin ?**

Ryhmä kokoontuu viikottain tiistaisin klo 17.15-19.30, Kirkkokatu 17 B 15, Oulu. Kokoontumisia on 40 kertaa vuoden aikana. Ryhmä on täydentyvä eli siihen otetaan uusia sitä mukaa kuin paikkoja vapautuu.

### **Mitä maksaa ?**

Kokoontumisen hinta on 50 €/kerta. Siihen on mahdollista saada Kelan tukea psykoterapiaan.

### **Miten haetaan ?**

Ryhmään on jatkuva haku. Siihen tarvitaan psykiatrin B-lausunto, jossa on suositus tästä terapiamuodosta. Kelan www-sivuilta löytyy ohjeita psykoterapiaan hakeutumisesta.

Ennen Kela-hakemuksen jättämistä tarvitaan arviokäynnit (yleensä 1-4) psykoterapeutin luona. Arviokäynneillä arvioidaan ryhmän ja psykodraamamenetelmän soveltuvuutta. Nämä arviokäynnit jäävät itse maksettaviksi. Niiden hinta on 60 €/kerta.

### **Lisätietoja**

Henna Merikivi (psykologi, psykoterapeutti ET, psykodraamaohjaaja TEP)

puh 0400 137764, henna.merikivi@psykologipalvelut.com